



Комплексное меню для МБОУ Кара-Хаакской СОШ

МЕНЮ

Горячее питание 1 – 4 классов

30 января 2025г

ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ (БЛЮДА)

№ рецепт	Наименование блюда	Выход 1 порции гр, шт, мл	Цена руб	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА, г.			
				Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Эн.ценн (ккал)
54-12с-2020	Суп с рыбными консервами	200	34	7,49	9,60	26,98	224,28
54-8з-2020	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	17	1	6	6,1	82,4
516	Кисель ягодный	200	6	0	0	21	104
пром	Хлеб	50	4	3,83	0,5	17,08	88,14
54-6о-2020	Яйцо вареное	44	17	3,58	3,05	0,76	42,77
пром	Печенье	50	15	0,9	0,2	11,1	49,8
Итого		604	93	16,8	19,25	83,02	591,39

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

